

グローイングアップフード
明治 **ステップ**
らくらくキューブ

を使っています。



ちぎって楽しいパン格拉タン

材料(一人分).....

| | |
|----------|---------|
| 食パン | 8枚切/1枚 |
| トマト缶 | 30g |
| ブロッコリー | 1房(20g) |
| ツナ缶 | 15g |
| チーズ | 10g |
| ステップキューブ | 2個 |
| お湯 | 80ml |

作り方.....

- ①ステップキューブをお湯で溶かす。
- ②食パンを深めの皿にちぎって入れ①をかける。
- ③トマト缶・ツナ・ブロッコリー・チーズをのせ、オーブントースターで2分加熱したら完成。



レシピポイント.....

お子さまと一緒にパンをちぎって作ることができます。
トマト缶の代わりにミートソース・シチュー・カレーなど、残りものをかけてもOKの、アレンジ可能なレシピです。

